

## **Qué hacer con las salidas nocturnas de los adolescentes.**

Una de las mayores preocupaciones de los padres y las madres cuando llega la época estival es conocer qué hacer ante en la situaciones de uso del tiempo libre de sus hijos/as adolescentes (fiestas, salidas nocturnas, etc.). Antes de dar permiso para que los/las hijos/as salgan, se recomienda:

- Saber dónde y con quién va a pasar esas horas o la noche.
- Conocer si habrá adultos presentes, y quiénes son (padres/madres de amigos/as u otros).
- Preguntar lo que van a hacer durante la noche (música, baile, ...)
- En caso de conciertos o fiestas saber a qué hora comenzarán y cuanto van a durar y con quien va a regresar a casa.

Siempre es mejor que los padres y las madres acompañen a los/as hijos/as adolescentes y que sean ellos/as mismos/as quienes les recojan. En el caso de conciertos y fiestas alejadas del lugar de residencia, es recomendable llevarles en lugar de dejarles que se las apañen solos/as con el transporte.

- Se recomienda:
  - Explicar los motivos que os llevan a poner esas normas y justificarlas. Insistir en que las reglas son para protegerles y no para castigarles. No hay que desanimarse ante la oposición o la indiferencia ante las normas. Suele ser una fachada y la mayoría se muestran receptivos, en el fondo, a las recomendaciones. Pese a sus aspiraciones de independencia, se sienten seguros/as cuando ven que se preocupan por ellos/as o que se está ahí cuando algo va mal.
  - Demostrar interés por sus salidas. Preguntar, por ejemplo, si les ha gustado el concierto o lo han pasado bien en la fiesta. Eso les dará la impresión de que se valoran sus opiniones y abrirá una posibilidad de diálogo. Y al revés, hay que respetar el deseo del adolescente de conservar para sí mismo/a ciertos momentos de su vida, lo cual significa que si no tiene ganas de contestar a vuestras preguntas y a vuestro interés, más que hacerles sentir valorado/a, les molestan, no insistais de momento.
- No se recomienda:
  - No hay que optar por el “tremendismo” e impedir que el adolescente salga, únicamente para tener la conciencia tranquila o por querer tener el control absoluto de su vida social. Esta actitud rígida demuestra muchas veces la incapacidad de los padres y las madres para dominar ciertas situaciones.
  - Impedir al adolescente que salga significa también rechazar el hecho de que está creciendo. En cambio, aceptar la independencia de un/a hijo/a, confiar en él/ella y ganarse su respeto es dejarle cierta libertad, aun estando atentos a él/ella. Como hemos dicho, se debe conseguir demostrar interés por su vida social sin dejar de respetar su espacio íntimo.

## **RESUMEN**

Cada vez el ocio ocupa más tiempo en nuestras vidas, especialmente con la llegada de las vacaciones. La cuestión es que la posibilidad de tener cada vez más tiempo libre, no sea algo que se vuelva en contra de las familias con adolescentes. Los padres y las madres deben tener información relevante sobre qué hacer ante las demandas de salidas nocturnas de los adolescentes para que pueda ser compaginado con otras actividades de ocio.